








**INSTITUTO NACIONAL DE CANCEROLOGIA**  
**Empresa Social del Estado**  
**GRUPO ÁREA ENFERMERÍA**  
**HOSPITAL DIA**

**RECOMENDACIONES PARA LOS PACIENTES CON TRATAMIENTOS DE QUIMIOTERAPIA**

**ESQUEMA: CARBOPLATINO -VINOVELVINE**




Usted va a recibir un tratamiento con quimioterapia, que puede producirle efectos secundarios los cuales normalmente desaparecen al finalizar el mismo. Le describimos los más comunes y nuestras recomendaciones para prevenirlos o disminuirlos


**NEUTROPENIA:** Es la disminución de leucocitos (glóbulos blancos, las defensas) en sangre, puede ocurrir entre el 7°-14° día aproximadamente después del tratamiento. Puede presentar:

- Infecciones: gripa, orina mal olor, abscesos 
- Puede provocar fiebre 38°C o más
- **Le recomendamos**
- Lavado de manos antes y después de ir al baño 
- Lavado de manos antes de ingerir alimentos 
- Utilizar protección respiratoria  tapabocas si es necesario
- Evitar estar en contacto con personas que tengan enfermedades infecciosas
- Limitar las visitas si es necesario
- Comer dieta rica en proteínas 
- Si toma algún medicamento para el dolor, antes de tomárselo haga un control de la temperatura.
- Si presenta fiebre 38°C o más consultar al medico  o  enfermera inmediatamente

**TROMBOCITOPENIA:** Es la reducción del numero de plaquetas por acción de la quimioterapia en la medula ósea, se presenta predisposición a sufrir hemorragias.




**Le recomendamos:**

- EVITAR uso de  seda dental o palillos que puedan lesionar mucosa oral
- Tener precaución al utilizar objetos cortantes:  cuchillas, corta uñas etc., que puedan lesionar la piel y causar hemorragia
- Evitar golpes que puedan causar hemorragias o moretones
- Evitar toser o sonarse la nariz con fuerza, hacer ejercicio extenuante  o hacer esfuerzos


- Comunicar  a la enfermera inmediatamente cualquier tipo de hemorragia: moretones, petequias, encías sangrantes, hemorragia nasal, presencia de sangre en la orina o materia fecal, aumento en el tiempo de sangrado si el paciente sufre una cortada

## NÁUSEAS Y VÓMITOS LEVES

### Le recomendamos:

- Tome la medicación recomendada por su médico para el vómito.
- Si vomita, coma alimentos ricos en potasio: frutas y verduras, ejemplo bananos  y acelgas
- Beba abundantes líquidos (2-3 litros al día).
- Comidas pequeñas y frecuentes. Coma despacio y masticando bien los alimentos.
- Tome alimentos secos, como tostadas o galletas  por la mañana.
- Coma mejor alimentos fríos, que no tengan tanto olor.
- Evite alimentos grasos y picantes
- Tome bebidas frescas y con gas (, agua, infusiones y aromática)
- Permanezca sentado al menos 30 minutos después de las comidas.
- Evite movimientos que favorezca las náuseas: cambio de posición rápido y frecuente
- Realice enjuagues, después de vomitar para eliminar el mal sabor.
- Controle su peso, si presenta una pérdida importante, informe a su médico o enfermera.





### Conviene evitar:



- Leche entera  alimentos y jugos ácidos, fritos, salsas y comidas pesadas.
- Tomar líquidos 30 minutos antes o durante las comidas.
- Medicación según prescripción médica.

## FATIGA


Es la sensación de cansancio y agotamiento.



### LE RECOMENDAMOS:

- Conserve la energía, planee con antelación y  organice su trabajo
- Repose cuando esté cansado. Programe descansos 
- Tranquilícese a si mismo
- Adopte posiciones adecuadas,  limite los trabajos que requieran alcanzar cosas sobre su cabeza y actividad  que aumentan la tensión muscular.
- Delegar las actividades que demanden un gran consumo de energía y lo fatiguen

- Aplicar técnicas de conservación de energía: reducir pasos en el arreglo cocina, casa, realizar en varias  etapas los trabajos u oficios que realice
- Identifique efectos ambientales que le produzcan cansancio
- Déjese ayudar por su familia y amigos 

### FRAGILIDAD CAPILAR

El cabello se vuelve frágil y  quebradizo. Al finalizar el tratamiento recobrara su aspecto normal

- Utilizar cepillos de cerdas naturales 
- Evitar productos agresivos, como tintes , lacas, etc. 



### NEUROTOXICIDAD:

Es una disminución de la sensibilidad, quemazón, hormigueos o calambres en manos, pies y cara



### ESTREÑIMIENTO :

Es la disminución de la frecuencia habitual de la deposición o si las heces son duras.

#### Le recomendamos:

- Beba de 1.5 a 2 litros de agua (de 6 a 10 vasos)  repartidos a lo largo del día.
- Tome alguna bebida  caliente en ayunas y elimine las bebidas con gas
- Aumente la fibra en su dieta: Frutas: kiwi, naranja, ciruelas, (puede tomar una pieza en ayunas), frutos secos.  
**Cereales** ricos en fibra y salvado.

**Vegetales:** verduras , ensaladas, legumbres, guisantes o patatas al horno con piel.

- Evite las manzanas cocidas y plátanos crudos.
- Haga masaje abdominal en sentido de las agujas del reloj  3 veces al día.
- Establezca un horario regular para hacer deposición
- Haga ejercicio  todos los días, dentro de sus posibilidades

**Si durante el tratamiento de quimioterapia presenta:**


- Fiebre de 38° o más
- Nauseas y Vómitos
- Diarreas
- Hemorragias o hematomas(morados)
- Mucositis (llagas en la boca)
- Flebitis (inflamación de las venas del brazo)
- Si tiene dudas relacionadas con las pruebas, los tratamientos o la medicación.

**No dude en llamar**



**Tel: 334111 extensión 5303**

**Nuestro horario es de 7AM a 7 PM de lunes a sábado**

- En otro horario o fin de semana debe acudir  a urgencias DEL INSTITUTO NACIONAL DE CANCEROLOGIA